



Trainingslager 11-15.03.2009 Gardasee

Mittwoch 11.03.2009



Das diesjährige Trainingslager sollte es in sich haben, dies hätten wir schon der Tatsache ableiten können, dass die Besammlung im Vergleich zum Vorjahr eine Stunde früher war. Schon um 07.15Uhr sollten alle Anwesend sein, um die Reise nach Castelnuovo anzutreten. Voller Vorfreude bestiegen wir den Bus, resp. das Auto. Diese Vorfreude wurde jedoch spätestens dann getrübt, als auch der letzte Insasse des Busses merkte, dass der Mietbus des FC Lotzwil-Madiswil auf 100 km/h plombiert ist. So dauerte es dann auch eine ganze Weile, bis wir beim Parc Hotel Paradiso ankamen. Nach dem kurzen Check-In trafen wir uns schon bald beim Mittagessen. Wir genossen das reichhaltige Buffet, allerdings

konnten sich nicht alle gleich mit den italienischen Salatsaucen anfreunden. Nach dem Essen blieb ein wenig Zeit, um ein bisschen zu relaxen, bevor wir uns fürs Training trafen. Bei wundervollem Wetter genossen wir die erste Trainingseinheit auf dem Hoteleigenen Fussballgelände, bei welchem sich unsere Körper ein bisschen erholten von der langen Fahrt am Morgen. Nach dem Duschen blieb uns wieder nicht allzu viel Zeit um auszuspannen, um 19.15Uhr fanden wir uns alle wieder vor dem Restaurant ein. Die Sport Agency One offerierte uns noch ein nettes Begrüssungsapéro, nach welchem wir uns ans Abendbuffet begaben. Nach dem Essen verweilten wir uns an der Bar oder auch im Bungalow vor dem TV.

Donnerstag 12.03.2009

Um 08.30Uhr war Frühstück angesagt, nicht alle machten um diese frühe Uhrzeit schon eine gute Falle. Viel Zeit um zu trödeln gab es nicht, schon um 10.00Uhr war die nächste Trainingseinheit an der Reihe. Manche regten sich in der Garderobe ab den Mückenstichen auf, die sie am Vortag kassierten, die anderen blieben stumm und sprühten sich mit Antibrumm ein, also ist sicherlich etwas hängengeblieben vom letzten Jahr. Flügelspiel und Flanken mit Abschluss war das Thema des Trainings und manche Abschlüsse kamen der tiefen Hochspannungsleitung gefährlich nahe. Und auch im Nachmittagstraining verirrten sich beim Schusstraining ein paar Bälle über das Fangnetz ins gegenüberliegende Feld, oder war es doch eine Baustelle? - Nun ja, egal. Um ca. 19.00Uhr machten wir uns wieder auf den Weg von den Bungalows zum Hotel, wo wieder ein herrliches Abendbuffet auf uns wartete. Vor der nächtlichen Bettruhe waren dann wieder Bar, TV oder auch eine Party Poker angesagt.

Freitag 13.03.2009

Nach dem Frühstück setzten wir uns in ein kleines Sitzungszimmer und schauten uns ein Taktik Video an. Zurück bei den Bungalows konnten wir unsere Nachzügler Peter, Kai, Remo und Jonas begrüßen. Kurz darauf standen wir auch schon auf dem Platz wo das Thema Angriff offensiv war. Die müden Beine und die damit auch leidende Konzentration waren nun offensichtlich und wir waren froh, dass wir nach dem Essen eine längere Pause hatten, wo wir uns erholten und uns massieren lassen konnten. Um 17.00Uhr ging es jedoch weiter auf dem Fussballplatz. Ballverlust und Verteidigen war das Hauptthema und eine gemäss Traineraussage lockere Übung stellte sich dann doch etwas anders dar. Um 20.00Uhr liessen wir uns allesamt zufrieden und auch müde am Tisch nieder und genossen das Abendessen.



Samstag 14.03.2009

Das Morgentraining fand nicht wie gewohnt auf dem Hoteleigenen Gelände, sondern in ein paar Kilometer entfernten Lazise statt. Vom Fussballfeld aus, das auch aus Beton hätte sein können, hatten wir eine gute Sicht auf eine moderne italienische Kehrlichtverbrennungsanlage. Gebäude oder irgendwelche Filter brauchen wohl die Italiener nicht, da reicht Müll und Feuer. Auf dem holprigen Platz gestaltete sich das Training jedoch äusserst schwierig und wurde auch ein bisschen kürzer gehalten, denn am Nachmittag stand ja noch das Freundschaftsspiel gegen Konolfingen (2.Liga) statt. Es war ein Spiel bei welchem die erste Halbzeit ein sehr hohes Tempo aufwies, so erstaunte es nicht, dass gegen Schluss die Kräfte zur Neige gingen. Leider gab es nach dem Spiel nur eine kurze Pause, bevor wir uns um 18.00Uhr auf den Weg machen wollten. Einige jedoch schliefen um diese Zeit noch. Mit italienischer Pünktlichkeit machten wir uns dann auf den Weg für ein auswärtiges Abendessen. Beim Verzehr von viel Fleisch und rotem Wein stieg die Stimmung. Allerdings wurden wir dann wegen zu wenig Platz hinaus gebeten. Der Stimmung schadete dies jedoch nicht und grosser Jubel brach aus als die Türen geschlossen wurde und wir noch einen Pub besuchten.

Sonntag 16.03.2009

Nach dem letzten Morgenessen um 08.30Uhr und dem sehr kurzen auschecken folgte dann wieder eine lange Heimreise mit Tempo 100 auf der Autobahn.